

Утверждаю  
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92  
 Б.Р.Баев



**МЕНЮ на 15.05.2023г. интернат 7-11 лет**

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины						
		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг		
<b>Завтрак</b>																		
Каша из смеси круп(гречневая, овсяная, перловая) молочная жидкая №212, сб.2021	200	7,62	2,82	9,19	0,00	32,28	237,02	134,4	59,73	212,9	1,75	51,55	57,11	0,62	0,17	0,51		
Чай с сахаром №300, сб. 2021	200	0,08	0,00	0,02	0,02	9,14	35,11	0,26	0	0	0,03	0	0	0	0	0		
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	90/10	4,69	0,05	8,67	0,59	30,42	217,61	14,7	19,4	53,02	1,2	57,82	65,3	0,88	0,09	0		
Сок фруктовый ТК № 6	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4		
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>13,39</b>	<b>2,87</b>	<b>18,08</b>	<b>0,81</b>	<b>92,43</b>	<b>576,22</b>	<b>163,4</b>	<b>87,13</b>	<b>279,9</b>	<b>5,77</b>	<b>109,4</b>	<b>122,41</b>	<b>1,7</b>	<b>0,29</b>	<b>4,51</b>		
<b>Обед</b>																		
Нарезка из огурцов и помидоров урожай 2023 годаТК № 8	80	0,76	0,00	6,51	6,51	3,48	74,29	14,8	13,6	27,33	0,6	0	57,2	3,14	0,04	14		
Борщ с капустой и картофелем с мясом №58, сб.2021 г.	200/25	8,53	7,66	9,48	0,14	11,23	160,67	32,71	24,43	103,8	1,72	18,53	202,5	0,36	0,05	6,36		
Котлеты из филе минтая №83 сб.2021	90	13,45	12,94	10,14	0,00	13,24	197,66	37,48	23,39	126	0,77	8,14	23,09	4,45	0,09	0,13		
Макаронные изделия отварные №227, сб.2021	150	5,30	0,02	3,53	0,00	34,15	189,06	8,97	7,11	39,33	0,72	14,35	26,47	0,81	0,06	0		
Компот из изюма и кураги №310, сб.2021	200	1,37	0,00	0,06	0,06	46,48	176,51	31,62	19,95	27,16	0,68	0	116,6	1,1	0,02	0,32		
Хлеб подовый "Уныш" №2, сб.2021г.	80	0,65	0,00	0,12	0,12	4,09	18,95	3,43	4,61	15,48	0,38	0	0,1	0,14	0,02	0		
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>30,06</b>	<b>20,61</b>	<b>29,84</b>	<b>6,83</b>	<b>112,67</b>	<b>817,14</b>	<b>129</b>	<b>93,09</b>	<b>339,1</b>	<b>4,87</b>	<b>41,02</b>	<b>425,96</b>	<b>9,99</b>	<b>0,27</b>	<b>20,82</b>		
<b>Полдник</b>																		
Молоко кипяченое №299, сб.2021	200	5,74	6,11	5,93	0,00	9,01	111,25	222,5	25,66	165	0,18	25,28	46,35	0	0,06	1,1		
Печенье сб.2021ТК № 7	30	2,13	0,03	5,60	0,00	17,87	128,81	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
груша ТК № 5	215	0,64	0,00	0,48	0,48	20,98	81,19	30,43	19,22	25,63	3,68	0	3,2	0,64	0,03	8,01		
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>8,52</b>	<b>6,14</b>	<b>12,02</b>	<b>0,48</b>	<b>47,86</b>	<b>321,25</b>	<b>252,9</b>	<b>44,88</b>	<b>190,6</b>	<b>3,87</b>	<b>25,28</b>	<b>49,56</b>	<b>0,64</b>	<b>0,09</b>	<b>9,1</b>		
<b>Ужин</b>																		
Свекла отварная № 146, сб. 2021	60	0,93	0,00	0,06	0,06	6,80	27,56	22,95	13,65	26,67	0,87	0	1,27	0,06	0,01	2,22		
Зразы "Школьные" №105, сб.2021	100	12,69	10,70	16,64	0,00	13,92	253,29	24,87	27,42	145,6	1,7	61,77	79,24	1,86	0,06	0,58		
Картофель тушеный №146, сб. 2021	150	3,12	0,06	9,22	0,00	25,01	192,26	23,32	34,99	87,82	1,35	42,48	393,05	0,39	0,13	12,12		
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	30	1,55	0,00	0,20	0,20	10,11	48,12	4,51	6,47	17,05	0,39	0	0	0,26	0,03	0		
Чай с молоком и сахаром №301, сб. 2021	200	1,55	1,45	1,45	0,00	11,36	62,41	53,06	6,09	39,15	0,07	6	11	0	0,01	0,26		
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>19,84</b>	<b>12,21</b>	<b>27,56</b>	<b>0,25</b>	<b>67,20</b>	<b>583,63</b>	<b>128,7</b>	<b>88,61</b>	<b>316,3</b>	<b>4,38</b>	<b>110,3</b>	<b>484,55</b>	<b>2,57</b>	<b>0,25</b>	<b>15,17</b>		
<b>второй ужин</b>																		
Кефир №297 сб. 2021	150	4,26	4,26	4,70	0,00	5,88	85,70	176,4	20,58	139,7	0,15	29,4	33	0	0,04	1,03		
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	50	2,58	0,00	0,33	0,33	16,86	80,20	7,51	10,78	28,42	0,65	0	0	0,43	0,05	0		
<b>Итого за 'второй ужин'</b>		<b>6,84</b>	<b>4,26</b>	<b>5,03</b>	<b>0,33</b>	<b>22,74</b>	<b>165,90</b>	<b>183,9</b>	<b>31,36</b>	<b>168,1</b>	<b>0,8</b>	<b>29,4</b>	<b>33</b>	<b>0,43</b>	<b>0,1</b>	<b>1,03</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>78,65</b>	<b>46,10</b>	<b>92,53</b>	<b>8,69</b>	<b>342,90</b>	<b>2464,15</b>	<b>857,9</b>	<b>345,1</b>	<b>1294</b>	<b>19,7</b>	<b>315,3</b>	<b>1115,47</b>	<b>15,34</b>	<b>1</b>	<b>50,63</b>		

Зав.производством: \_\_\_\_\_

*Р.М.*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра \_\_\_\_\_

*О.В.*

(Кузьмина О.В.)

Утверждаю  
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92  
 Б.Р.Баев

**МЕНЮ на 15.05.2023г. интернат с 12 лет и старше**

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					
		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																	
Каша из смеси круп(гречневая, овсяная, перловая) молочная жидкая №212, сб.2021	240	9,15	3,38	11,03	0,00	38,73	284,42	161,3	71,67	255,5	2,1	61,86	68,53	0,74	0,21	0,61	
Чай с сахаром №300, сб. 2021	200	0,08	0,00	0,02	0,02	9,14	35,11	0,26	0	0	0,03	0	0	0	0	0	
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	100/10	4,69	0,05	8,67	0,59	30,42	217,61	14,7	19,4	53,02	1,2	57,82	65,3	0,88	0,09	0	
Сок фруктовый ТК № 6	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>14,92</b>	<b>3,43</b>	<b>19,92</b>	<b>0,81</b>	<b>98,89</b>	<b>623,63</b>	<b>190,2</b>	<b>99,07</b>	<b>322,5</b>	<b>6,12</b>	<b>119,7</b>	<b>133,83</b>	<b>1,82</b>	<b>0,32</b>	<b>4,61</b>	
Обед																	
Нарезка из огурцов и помидоров урожай 2023 годаТК № 8	80	0,76	0,00	6,51	6,51	3,48	74,29	14,8	13,6	27,33	0,6	0	57,2	3,14	0,04	14	
Борщ с капустой и картофелем с мясом №58, сб.2021	250/25	9,29	7,56	11,63	0,00	14,95	196,74	45,39	31,32	121,4	2,14	38,6	253,12	0,41	0,07	7,95	
Котлеты из филе минтая №83 сб.2021	120	17,94	17,25	13,52	0,00	17,66	263,55	49,97	31,19	168	1,03	10,86	30,78	5,93	0,12	0,18	
Макаронные изделия отварные №227, сб.2021	180	6,36	0,02	4,23	0,00	40,98	226,87	10,76	8,53	47,2	0,86	17,22	31,77	0,97	0,08	0	
Компот из изюма и кураги №310, сб.2021	200	1,37	0,00	0,06	0,06	46,48	176,51	31,62	19,95	27,16	0,68	0	116,6	1,1	0,02	0,32	
Хлеб подовый "Уныш" №2, сб.2021г.	120	0,97	0,00	0,18	0,18	6,13	28,43	5,15	6,91	23,23	0,57	0	0,15	0,21	0,03	0	
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>36,70</b>	<b>24,83</b>	<b>36,14</b>	<b>6,75</b>	<b>129,68</b>	<b>966,38</b>	<b>157,7</b>	<b>111,5</b>	<b>414,3</b>	<b>5,88</b>	<b>66,68</b>	<b>489,62</b>	<b>11,75</b>	<b>0,34</b>	<b>22,45</b>	
Полдник																	
Молоко кипяченое №299, сб.2021	200	5,74	6,11	5,93	0,00	9,01	111,25	222,5	25,66	165	0,18	25,28	46,35	0	0,06	1,1	
Печенье сб.2021ТК № 7	30	2,13	0,03	5,60	0,00	17,87	128,81	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
груша ТК № 5	215	0,64	0,00	0,48	0,48	20,98	81,19	30,43	19,22	25,63	3,68	0	3,2	0,64	0,03	8,01	
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>8,52</b>	<b>6,14</b>	<b>12,02</b>	<b>0,48</b>	<b>47,86</b>	<b>321,25</b>	<b>252,9</b>	<b>44,88</b>	<b>190,6</b>	<b>3,87</b>	<b>25,28</b>	<b>49,56</b>	<b>0,64</b>	<b>0,09</b>	<b>9,1</b>	
Ужин																	
Свекла отварная № 146, сб. 2021	60	0,93	0,00	0,06	0,06	6,80	27,56	22,95	13,65	26,67	0,87	0	1,27	0,06	0,01	2,22	
Зразы "Школьные" №105, сб.2021	120	15,23	12,85	19,97	0,00	16,70	303,95	29,84	32,9	174,7	2,04	74,12	95,08	2,23	0,08	0,69	
Картофель тушеный №146, сб. 2021	180	3,74	0,07	11,06	0,00	30,02	230,71	27,99	41,99	105,4	1,62	50,98	471,66	0,47	0,16	14,54	
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	70	3,61	0,00	0,46	0,46	23,60	112,28	10,52	15,09	39,79	0,91	0	0	0,61	0,07	0	
Чай с молоком и сахаром №301, сб. 2021	200	1,55	1,45	1,45	0,00	11,36	62,41	53,06	6,09	39,15	0,07	6	11	0	0,01	0,26	
<b>Итого за 'Ужин'</b>		<b>25,06</b>	<b>14,37</b>	<b>32,99</b>	<b>0,51</b>	<b>88,47</b>	<b>736,90</b>	<b>144,4</b>	<b>109,7</b>	<b>385,7</b>	<b>5,51</b>	<b>131,1</b>	<b>579</b>	<b>3,37</b>	<b>0,33</b>	<b>17,71</b>	
второй ужин																	
Кефир №297 сб. 2021	180	5,12	5,12	5,64	0,00	7,06	102,84	211,7	24,7	167,6	0,18	35,28	39,6	0	0,05	1,23	
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	30	1,55	0,00	0,20	0,20	10,11	48,12	4,51	6,47	17,05	0,39	0	0	0,26	0,03	0	
<b>Итого за 'второй ужин'</b>		<b>6,66</b>	<b>5,12</b>	<b>5,84</b>	<b>0,20</b>	<b>17,17</b>	<b>150,96</b>	<b>216,2</b>	<b>31,16</b>	<b>184,6</b>	<b>0,57</b>	<b>35,28</b>	<b>39,6</b>	<b>0,26</b>	<b>0,08</b>	<b>1,23</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>91,86</b>	<b>53,89</b>	<b>106,91</b>	<b>8,75</b>	<b>382,07</b>	<b>2799,13</b>	<b>961,4</b>	<b>396,3</b>	<b>1498</b>	<b>22</b>	<b>378</b>	<b>1291,62</b>	<b>17,85</b>	<b>1,17</b>	<b>55,11</b>	

Завпроизводством:

*Л.П.*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

*Л*

(Кузьмина О.В.)

Утверждаю  
 Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92  
 Б.Р.Баев



**МЕНЮ на 15.05.2023г. школа 7-11 лет**

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					
		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
<b>Завтрак</b>																	
Каша из смеси круп(гречневая, овсяная, перловая) молочная жидкая №212, сб.2021	150	5,72	2,11	6,89	0,00	24,21	177,77	100,8	44,79	159,7	1,31	38,66	42,83	0,47	0,13	0,38	
Чай с сахаром №300, сб. 2021	200	0,08	0,00	0,02	0,02	9,14	35,11	0,26	0	0	0,03	0	0	0	0	0	
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2021г.	50/10	4,69	0,05	8,67	0,59	30,42	217,61	14,7	19,4	53,02	1,2	57,82	65,3	0,88	0,09	0	
Печенье сб.2021ТК № 7	30	2,13	0,03	5,60	0,00	17,87	128,81	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
груша ТК № 5	215	0,64	0,00	0,48	0,48	20,98	81,19	30,43	19,22	25,63	3,68	0	3,2	0,64	0,03	8,01	
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>13,26</b>	<b>2,20</b>	<b>21,67</b>	<b>1,09</b>	<b>102,61</b>	<b>640,49</b>	<b>146,2</b>	<b>83,42</b>	<b>238,3</b>	<b>6,22</b>	<b>96,48</b>	<b>111,34</b>	<b>1,99</b>	<b>0,25</b>	<b>8,39</b>	
<b>Обед</b>																	
Нарезка из огурцов и помидоров урожай 2023 годаТК № 8	60	0,57	0,00	4,89	4,89	2,61	55,71	11,1	10,2	20,5	0,45	0	42,9	2,35	0,03	10,5	
Борщ с капустой и картофелем с мясом №58, сб.2021 г.	200/25	8,53	7,66	9,48	0,14	11,23	160,67	32,71	24,43	103,8	1,72	18,53	202,5	0,36	0,05	6,36	
Котлеты из филе минтая №83 сб.2021	90	13,45	12,94	10,14	0,00	13,24	197,66	37,48	23,39	126	0,77	8,14	23,09	4,45	0,09	0,13	
Макаронные изделия отварные №227, сб.2021	150	5,30	0,02	3,53	0,00	34,15	189,06	8,97	7,11	39,33	0,72	14,35	26,47	0,81	0,06	0	
Сок фруктовый ТК № 6	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4	
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2021г.	40	2,06	0,00	0,26	0,26	13,48	64,16	6,01	8,62	22,74	0,52	0	0	0,35	0,04	0	
Хлеб подовый "Уныш" №2, сб.2021г.	48	0,39	0,00	0,07	0,07	2,45	11,37	2,06	2,76	9,29	0,23	0	0,06	0,08	0,01	0	
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>31,31</b>	<b>20,61</b>	<b>28,57</b>	<b>5,55</b>	<b>97,76</b>	<b>765,12</b>	<b>112,3</b>	<b>84,52</b>	<b>335,6</b>	<b>7,21</b>	<b>41,02</b>	<b>295,02</b>	<b>8,6</b>	<b>0,3</b>	<b>21</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>44,57</b>	<b>22,81</b>	<b>50,24</b>	<b>6,64</b>	<b>200,38</b>	<b>1405,61</b>	<b>258,5</b>	<b>167,9</b>	<b>573,9</b>	<b>13,4</b>	<b>137,5</b>	<b>406,35</b>	<b>10,58</b>	<b>0,56</b>	<b>29,39</b>	

Запроизводством:

*Б.Р.Баев*

(Хурматуллина Р.М.)

Медсестра

*Кузьмина*

(Кузьмина О.В.)

